

## 解釈と正対の技法

野田俊作（大阪）

### 要旨

#### キーワード：

アドラー心理学にもとづく心理療法は、人格指向的な治療であり、ライフスタイルや精神力動に関する解釈をクライアントに与え、それにもとづいてクライアントに決断をせまります。

#### 解釈投与とは、

- (1) クライアントから得られた材料について、
- (2) 治療者の推量内容を、
- (3) はっきりと言葉で告げて、
- (4) その推量が正しいかどうかを確認すること。

を言います。

#### 正対とは、

- (1) 解釈が受け入れられたとき、
  - (2) それにもとづいてクライアントに決断と行動をせまること。
- を言います。

### 1. 解釈投与の目的

治療者の頭の中にある解釈は、あくまで治療者の主観的な推量であるにすぎず、客観的な事実ではありません。治療者がいくら経験豊富でも、なお誤った推量をする可能性はいくらでもあります。解釈投与の目的のひとつは、治療者と来談者との共同作業によって、治療者の推量がほんとうであるかどうかを確かめることです。この過程を、**共観的妥当性確認**といいます。

★治療者：「あなたは、小さいころ、オバケが怖かったとおっしゃいましたね」

来談者：「はい」

治療者：「オバケが怖い人というのは、不安になりやすい人じゃないかと思うのですが、あなたは自分のことを不安になりやすい人だと思えますか？」

来談者：「いいえ、自分で言うのは何ですが、勇気のあるほうだと思います」

治療者：「勇気があるというのは、どういうことですか？」

来談者：「心配性じゃないし、臆病じゃないってことかな」  
治療者：「向こう見ずなところはありますか？」  
来談者：「それはありませんね」  
治療者：「すると、慎重なほうですか」  
来談者：「どちらかと言うとそうです」  
治療者：「慎重で、しかも勇敢なのですね。そうすると、決断する前に、よく下調べをするほうですか？」  
来談者：「徹底的に下調べします」  
治療者：「そして、安全だとわかったときに行動するわけですか」  
来談者：「そうです。安全だとわかれば、思い切ったことでもします」  
治療者：「少しでも危険があると、賭けてみないわけですか」  
来談者：「そうですね」  
治療者：「結果が予測できないことに、思い切って賭けてみるのは不安ですか？」  
来談者：「あ、そうです。そういう意味では、私は不安になりやすい方です」  
治療者：「まとめると、こういうことになりますかね。安全だとわかっていることはやるけれど、不安な要素のあるものについては、原則としてやらない」  
来談者：「そうですね」

このようにして、解釈の妥当性が確認されたとき、クライアントには洞察が生じます。クライアントに、そのライフスタイルや問題の精神力動について洞察を与えるのが、解釈投与の第2の目的です。オーソドックスなアドレリアン・サイコセラピーは洞察的な治療であり、クライアントが自分のライフスタイルや問題の精神力動について洞察を持つことが必要です。クライアントに洞察を与えるためには、治療者の抱いた結論を押しつけるのではなく、やっかいでも、共観的な妥当性確認の手続きが必要です。

クライアントは、無意識的な内容を適切なことばにして解釈を与えられると、それが正しいかどうかを判断する能力があります。無意識というものは、知ってはいるけれど、ことばにできないでいるもののことです。

## 2. 解釈の与えかた

解釈は、治療者の推量の内容ですから、客観的な事実ではなくて、主観的な意見であるにすぎません。ですから、客観的な事実であるかのようにして解釈を投与するのは詐欺です。あくまで主観的意見であるにすぎないことを認めつつ投与すべきです。

### 私メッセージ

そのためのひとつの方法は、「と私は思う」「と私は感じる」というような、『私メッセージ』を使うことです。

- ★「あなたは自分のことが嫌いなのですね」というかわりに、「あなたは自分のことが嫌いであるように、私には思えます」と言う。
- ★「あなたは攻撃的です」というかわりに、「あなたと話していると、私は攻撃されているように感じます」と言う。

## 閉じた質問

『閉じた質問』の形を使うのも、断定的な言いかたをさけるためのよい方法です。

- ★「あなたは自分のことが嫌いなのです」というかわりに、「あなたは自分のことが嫌いなのですか？」と言う。
- ★夫の帰りが遅いので怒ってばかりいる婦人に、「あなたはご主人に好きになってほしいのですか、それともご主人に勝ちたいのですか？」と言う。

## 弱めことば

断定的な言いかたをさけるために、さまざまの弱めことばを用います。

- ★「ひょっとして、あなたは自分のことがお嫌いなのですか？」
- ★「もしかすると、あなたは自分のことが嫌いなのではありませんか？」
- ★「これは私の推量ですが、あなたは自分のことが嫌いのように思えます」
- ★治療者：「私の感じたことを言ってもいいですか？」  
来談者：「どうぞ」  
治療者：「あなたは自分のことが嫌いであるように思えるのですが」

## 事態の肯定的側面に焦点をあてる

アドラー心理学による治療はすべて『勇気づけ』です。解釈投与もまた『勇気づけ』であるべきです。そのために、クライアントの欠点や怠慢を指摘することはさけて、新しい行動を試みる勇気が出てくるような言いかたをすべきです。

- ★「できるのにやっていないことがありますね」と言わずに、「他にもできることがあるように思いますね」と言う。
- ★「責任を取ることを怖れて、新しい仕事にチャレンジすることから逃げていますね」と言わずに、「今はまだ責任を取る用意ができていないようですが、やがて新しい仕事にチャレンジできるようになると思います」と言う。

## 3. 抵抗の処置

解釈を治療者の主観的な意見として、多くの場合は疑問形で投与するのは、クライアントが反論しやすいようにです。もしクライアントが反論したとしたら、クライアントの方が正しいのです。いくら治療者の方が正しいと確信していても、どこかまちがったところがあるから解釈が受け入れてもらえないのです。

- ★治療者：「人があなたのことをどう評価するかで、自分の価値が決まるとお考えなのですか？」  
来談者：「いいえ、そんなことはありませんよ」  
治療者：「では、人があなたのことをどう評価するかを、まったく気になさいませんか？」  
来談者：「そりゃあ、人並みには気にしますね」  
治療者：「つまり、並みはずれて人の評価を気にするほうではないけれど、まったく気にしないというわけでもないということですか？」

来談者：「ええ、人並みだと思います」  
治療者：「その『人並み』についておうかがいしたいのですが、かまいませんか？」  
来談者：「ええ、どうぞ」  
治療者：「何事も『人並み』でないと、居心地が悪いですか」  
来談者：「そうですね」  
治療者：「もし『人並み』でないことをすると、何が困ると思われませんか？」  
来談者：「そりゃあ、人からいろいろ言われますでしょう」  
治療者：「人から批判されると困りますか？」  
来談者：「ええ、そりゃあ困ります」  
治療者：「あなたは、人からどう思われるかを、たえず気にしていますか？」  
来談者：「ええ、気にしています」  
治療者：「人から悪く言われると、自分の価値が落ちたように感じますか？」  
来談者：「そういう風に言われるとそのとおりですね」

#### 4. 正対の3つの様式

正対（confrontation）は、主として心理療法で用いられる治療技法であり、来談者の信念や行動の矛盾点を指摘するような解釈投与に引きつづいて、決断をせまることをいいます。

矛盾のありかたによって、正対は3つの様式に区別することができます。すなわち、行動と行動の間の矛盾、信念と行動の間の矛盾、信念と信念の間の矛盾です。

行動と行動の間の矛盾というのには、いくつかの種類があります。行動とは、行為と思考と感情です。したがって、形式的には、行為と行為の間、思考と思考の間、感情と感情の間、行為と思考の間、行為と感情の間、思考と感情の間の6種類の矛盾がありえます。しかし、このうちしばしば正対の対象となるのは、行為と行為の間、あるいは行為と思考の間の矛盾です。

★「わかっているけれどできないんです」というクライアントに、「ようするにやりたくないんですね」と正対する。

信念と行動の間の矛盾にたいする正対の典型例は、論理的結末の技法です。これは、現在おこなっている行動の結末が、クライアントが予測している結末をもたらさないことを指摘して、行動を変えることを勇気づける技法です。

★来談者：「口をすっぱくして注意したんですが、息子は勉強しないんです」

治療者：「とすると、今後もうるさく言い続けると、息子さんはいつか勉強するようになると思われますか、それとも今と同じことが続いて、同じように勉強しないままだと思いますか？」

信念と信念の間の矛盾にたいする正対が狭義の正対であり、心理療法の主たる技法です。以下に説明するのは、信念と信念との間の矛盾にたいする正対です。

## 5. 『てこの支点』を確保する

正対は、基本的信念を変革するための技法です。その場合、ひとつの価値観を『てこの支点』として、他の価値観を転換させることが普通です。もっとも普通のやりかたでは、社会的に望ましいとされている目標をてこの支点として、それに至る道筋に関する信念体系を変革します。ですから、正対に先だて、てこの支点となる価値観をまず確保しておかなければなりません。

25歳の独身女性。来談目的は、「結婚したいが、相手がいないので、相手の見つけかたについて相談にのってほしい」ということであった。3歳年上の兄がいるが、半年ほど前に結婚して独立し、もっかは彼女は両親と3人で暮らしている。兄夫婦は、週に1度はかならず帰ってくる。両親夫婦も兄夫婦もいたって夫婦仲がよく、また母と兄嫁の折り合いもよい。来談者は、兄夫婦が帰ってくると、家の中に自分の居場所がなくなったように感じるので、結婚すれば居場所ができるのではないかと思い、来談したという。

ここまでの話で、来談者の真の目標が、結婚すること、すなわち両親から自立して自分の家庭を築くことではなく、むしろ、兄の結婚によって失われてしまった（と彼女が主観的に感じている）出身家族の中の彼女の居場所を再確保することにあることがわかります。

彼女自身が提示した、「結婚相手をみつける方法を知りたい」という来談目的をそのまま受け入れることは、むしろ彼女の成長を妨げることになります。また誰と結婚するにせよ、今のままの彼女では、うまく夫婦生活をなりたたせることができない可能性が高いとも思われます。すなわち、問題は、彼女が親から自立できていないこと、また自立しようとしていないことにあると思われます。それゆえ、治療者の側の治療目標は、親から自立できるように、彼女のライフスタイルを成長させることにおきました。すなわち、カウンセリングではなく、心理療法としての設定をとりました。

治療者：「以前にも、家族の中に自分の居場所がないと感じたことはありますか？」（関係する早期回想の聴取）

来談者：「いちばん印象的におぼえているのは、小学校3年のときのことです。私は、今でもそうですが、偏食がひどくて、肉が食べられなかったんです。ところが担任の先生がきびしい人で、給食に肉がでて私が食べないと、むりやり口に押しこむんです。学校がいやでいやでたまらなくて、登校拒否をしようかと思ったんですが、無理して登校しました。それまで皆勤賞だったんです。休むのがいやでした。でも、登校するのもしやでした。休みはしなかったけれど、それぐらいのことでくじけて休みたくなる自分がいやだったんです。そのとき、そんななまけ心のある自分は、家に居場所がないように感じました」

治療者：「ご両親の期待を裏切っていたから？」（閉じた質問による解釈投与的な仮説提示）

来談者：「ええ、そうです」

治療者：「ご両親は、あなたに、どんな子どもであれと期待なさっていたんでしょうね？」（開いた質問による情報収集）

来談者：「勉強ができて、いつも努力して、勤勉で……、そんなところかな？」

治療者：「それに、親の言いつけに従うように？」（仮説提示）

来談者：「ええ、それはすごく」

治療者：「現在、ご両親は、あなたに結婚するように勧めておられますか？」（早期回想と現在の状況を関係づけるための解釈投与的な仮説提示）

来談者：「いいえ、とくに」

治療者：「ああ、そうですか……。ともあれ、ご両親はあなたに多くの期待をかけられたんですね？」（抵抗に会ったため、時期尚早とみて、いったん撤退する）

来談者：「ええ」

治療者：「今でもそうですか？」（仮説提示）

来談者：「ええ」

治療者：「ご両親は、あなたのすることに干渉なさいますか？」（仮説提示）

来談者：「ええ」

治療者：「あなたは、ご両親の干渉に腹を立てることがありますか？」（仮説提示）

来談者：「しょっちゅうです」

治療者：「具体的なできごとを教えてくださいませんか？」（早期回想型の情報収集）

来談者：「一年ほど前のことなのですが、私の書いた文章が文集に載ったんです。母親がそれを勝手に読んで、『あなた、ひらがなを間違っているよ。漢字を間違うんだったらまだいいけれど、ひらがなを間違うのはとても恥しいよ』と言ったんです。私は、とても腹が立って、『どうして盗み見するのよ。手紙でもなんでも、いつでも検閲するんだから、ひどいわ』と怒りました」

治療者：「それからどうなりました？」（情報収集）

来談者：「母は、『あなたのためを思っているのよ』と言いました」

治療者：「それで、あなたはどう感じましたか？」（特殊診断質問による情報収集）

来談者：「それもそうだなと思って、納得しました」

治療者：「それでどうしました？」（特殊診断質問による情報収集）

来談者：「母を責めるのをやめました」

ここで、蛇足だとは思いつつ、いくらか説明しておきます。

彼女の両親は彼女に（家族価値として）大きな期待をかけ、しかも彼女がそれに反抗すると、「あなたを愛しているからこうするのだ」という二重縛りメッセージを与えていました。彼女は両親から、「あなたはわれわれの援助なしには生きてゆけないのだ」という呪いをたえず受けとり、そのように信じてしまったのです。

「あなたのためを思っているのよ」と言われて、「それもそうだな」と感じる彼女のライフスタイルには問題があります。これが彼女が自立できない理由なのです。しかし、それをそのまま指摘して正対することは、まずい治療戦略です。なぜなら、「（親は私のためを思っているのだから、）親に反抗してはいけない」という彼女の価値観と、「親に反抗しなければならない。（そうしないと自立できない）」という治療者の価値観とが真っ向から衝突してしまっていて、たいへんな競合的な状況を作りだしてしまうでしょう。そうなると、治療者が自分の価値観をおしつけようとしていることになって、治療は縦関係になり、強い治療抵抗に会うでしょう。また、仮に治療者が主導権争いに勝って、彼女が治療者の意見を受けいれたとしても、親にかわって治療者が彼女の支配者（あるいは保護者）の座にすわっただけで、彼女のライフスタイルは、本質的にはなにも変わりません。すなわち、「親の言いつけに従わなければならない」という信念が、「治療者の言いつけに従わなければならない」という信念に変わるだけで、すこしも自立したことにはなりません。

治療者：「もし、それでもあなたがお母さんを責めつづけたとしたら、なにがおこったと思いますか？」（特殊診断質問の一種による情報収集）

来談者：「お母さんが悲しんだと思います」

治療者：「お母さんが悲しまれると、あなたはどう感じますか？」（特殊診断質問による情報収集）

来談者：「親不孝だなと思います」

治療者：「親孝行しなければいけないと思うんですね」（仮説提示）

来談者：「はい」

ここで治療者は、『てこの支点』を探しはじめ、「親孝行できなければならない」という信念を見つけられました。これで正対をはじめることができます。

治療者：「親孝行はたいせつですね」（てこの支点を確保する）

来談者：「ええ」

治療者：「あなたは自分のことを親孝行だと思いますか？」（わなをしかける）

来談者：「親孝行しようと努力はしています」

治療者：「たとえば、どんなことに気をつけていますか？」（情報収集）

来談者：「親を悲しませてはいけないと思っています」

治療者：「どういうことをするとご両親は悲しまれますか？」（情報収集）

来談者：「期待にそむくと悲しみます」

治療者：「ご両親は、どんなことをあなたに期待しておられますか？」（わなをしかける）

来談者：「きちんとしていること。努力すること。そんなところかな」

治療者：「ご両親は、あなたが自分でなんでもできるようになることをお望みなんですね？」（わなをしかける）

治療者：「そうです」

来談者と治療者とは、「親孝行は大切だ」という点では完全に同盟しています。ところが、来談者は、親孝行とは、「親を喜ばせること、悲しませないこと」だと定義しているのにたいして、治療者は、「親を悲しませてでも、自分の道を歩くこと」だと秘かに定義しているのです。治療者は、たくさんの『わな』をしかけて誘導尋問をしながら、このふたつの『親孝行』の概念の矛盾があらわになるところまで対話をもってゆこうとしています。

治療者：「つまり、『ほっといてよ。私、自分でやるから』とあなたが言うのを待っておられるのですね？」（わなをしかける）

来談者：「そんなことを言うと、両親は悲しみます」

治療者：「ご両親は、あなたに喜ばせてもらいたいと望んでおられるのでしょうか、それとも、あなたに自立してもらいたいと望んでおられるのでしょうか？」（正対）

来談者：「それは、自立するように願っていますが」

治療者：「あなたがもし、『お母さんに手紙を検閲してもらわなくても、自分で責任をもってやってゆけます』と言うと、お母さんは悲しまれるでしょうね」（正対的な仮説提示）

来談者：「悲しむと思います」

治療者：「でも、一方で喜ばれるでしょうね」（わなをしかける）

来談者：「そんなことってあるのでしょうか？」

治療者：「そのときは一時的に悲しまれるかもしれないけれど、やがて、『あの子ども自分でやってゆけるようになったんだわ』と思って喜ばれると思いますよ」（わなをしかける）

来談者：「だって、私、ちゃんとやってゆけませんもの」

正対は、劣等コンプレックスを使った治療抵抗に会って、失敗してしまいました。ここで無理に押してゆくと、主導権争いになって、治療関係が縦の関係になってしまいます。そこで、もうすこし外堀を埋めることにします。

治療者：「あなたは、自分は両親が期待するような人間にはなれないとお感じなんですか？」(解釈投与的な仮説提示)

来談者：「ええ、とても無理だと思います」(認識反射あり)

治療者：「では、お母さんがここにいらっしゃるとして、『お母さん、私はあなたが期待するような生きかたはできませんし、するつもりもありません』と言ってみれますか？」(正対的な助言)

来談者：「そんなことを言うんですか？」(治療抵抗)

治療者：「実際のお母さんに言うわけじゃありません。ここにお母さんがいらっしゃるとして、そう言うてみて、どんな感じがするか試してみるだけです」(抵抗処理のための説明)

来談者：「ここで言うだけなんですね」

治療者：「ええ」(保証)

来談者：「じゃあ、言ってみます。お母さん、私はあなたか期待するような生きかたはできませんし、するつもりもありません。これでいいですか？」

治療者：「結構です。さて、どんな感じがしますか？」(情報収集)

来談者：「親不孝だなと思います」

治療者：「そうですか。では、『お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます』と言ってみてくださいませんか？」(正対的な助言)

来談者：「お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます」

治療者：「これだと親不孝な感じはすくないでしょう？」(暗示的な仮説提示)

来談者：「そうですね」

治療者：「では、『お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます。これが私の親孝行です』と言ってみてくださいませんか？」(正対的・暗示的な助言)

来談者：「お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます。これが私の親孝行です」

治療者：「それがあなたにできる最大の親孝行だと思いませんか？」(暗示的な仮説提示)

来談者：「そうかもしれませんね」

治療者：「もう一度やってみましょうか。こんどは、『お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます。だから、放っといてください』と言っていただけますか？」(正対的な助言)

来談者：「お母さん、私は私のやりかたで生きてゆきます。だから、放っといてください」

治療者：「それがあなたにできる最大の親孝行です」(暗示)

来談者：「そうなのかもしれませんね」

治療者は、心理劇的な設定を利用しました。この状況では、かなり抵抗のあることがらでも、「これは芝居なんだから」という勇気づけによって、実行が容易になります。

治療者：「あなたは今まで、親をだましてきたことになるかもしれませんね。だって、本当は親が期待するようには生きてゆけないことを知っているのに、親の期待を満たす人間になれるかのように見せかけてきたんですから。もちろん、ご両親がなくなるまで、ずっ

とそのお芝居を続けることもできます。そういう親孝行の考えかたもあります。でも、正直にほんとうのことを言う親孝行もあります。どちらがより親孝行だと思われませんか？」（正対）

来談者：「親の期待するような人間になろうとしてきたんですが……」

治療者：「なれると思いますか？」（正対的な仮説提示）

来談者：「いいえ、なれないと思います」

治療者：「では、なれないことを知りながら、いつかなれるふりをして親を悲しませないようにしますか、それとも、あなたなりに自立して、ご両親が期待したのとは違うけれど、あなたのやりかたでちゃんと生きて、ご両親を安心させますか？どちらを選ばれてもかまいませんが……」（正対）

来談者：「私なりのやりかたでは、ちゃんと生きてゆけないんじゃないでしょうか」

治療者：「そうお感じになりますか？私はそうは思いません。あなたは、今までも、ご両親が期待しておられるような人間ではなかったけれど、ちゃんと生きてこられました。ですから、今後もしっかりと生きてゆけると思います。そうは思われませんか？」（自己概念を修正するための保証）

来談者：「そうですね」

治療者：「小学校3年のとき、あなたは誰の援助も受けずに困難を克服しました。あなたは何度もくじけそうになったけれど、自分の力で登校を続けました。それはすばらしいことだと思います」（勇気づけのために早期回想を解釈する）

来談者：「そうですか？」

治療者は、ロール・プレイのできごとを、知的に整理して根づかせようとしています。ここでは、「親孝行とは親にたいして誠実であることである」という共通の信念が暗黙に前提されて、『てこの支点』になっています。

ところが、クライアントは劣等コンプレックスを使って抵抗するので、クライアントの自己概念を修正して、劣等感を減らす操作をおこないました。

治療者：「あなたは、ずっと昔から、親の援助なしでやってゆけたのです。でも、ご両親はそのことをご存じなかったんです。今でもご存じないようですね。だから、あなたが書いたものやあなたに来た手紙を検閲なさるんでしょうね」（わな）

来談者：「ええ」

治療者：「なぜご両親がご存じないかという、それはあなたが『私にまかせてもだいじょうぶよ。お父さんやお母さんのやりかたとは違うかもしれないけれど、私は私なりにちゃんとやってゆけるから。だから安心して見ていてください』と、ご両親に言ってさしあげなかったからじゃないでしょうか」（正対的な仮説提示）

来談者：「ええ、まあ」

治療者：「小学校3年生のときも、あなたは、『心配しないで。どんなに苦しくても、私、ちゃんと学校には行くから』とご両親に言わなかったんじゃないですか？」（正対的な仮説提示）

来談者：「ええ」

治療者：「どうしますか？いつかご両親にそう言って安心させてあげますか？それとも、いつまでも言わないで心配させておきますか？」（正対）

来談者：「言います」

治療者：「それがいいと思います。この次、あなたのご両親の干渉に腹が立ったときにチャンスです。いいですか、冷静に言うんですよ。だいじょうぶですか？」（助言）

来談者：「やってみます」

治療者：「一度失敗しても失望しないで、次のチャンスを待ってください」（保証）

治療者は、ロール・プレイでおこなったことを家庭で実行させるために、いくつかのわなをしかけて、結局具体的な助言にこぎつけました。これでこのセッションの本体は終わりなのですが、ひとつだけ問題が残っています。それは、来談者の来談目的と治療者の治療目標が一致しないままであるということです。最後にそのための操作をおこなっておきます。

治療者：「ところで、ご両親はあなたに、早く結婚するように言われますか？」（仮説提示）

来談者：「ええ。母は、『小姑がいるとお姉さんがやりにくいから、早くお前も嫁にゆけ』と言います」

治療者：「そう言われて、どう感じますか？」（特殊診断質問）

来談者：「そうだなと思います」

治療者：「じゃあ、あなたが結婚したいわけじゃなくって、親孝行のために結婚したいんだ。そうなんですか？」（解釈投与的な仮説提示）

来談者：「ああ、そうですね」（認識反射あり）

治療者：「どうしますか？親を喜ばせるために結婚しますか？それとも、あなたがほんとうに結婚したいと思う相手があらわれるまで待ちますか？」（正対）

来談者：「わかりました。あわてて結婚する必要はないと思います」

治療者：「それよりも、あなた自身がもっと大人になって、ほんとうの意味での親孝行ができるようになることの方が先決問題のようですね」（治療目標の提示）

来談者：「そのようですね」

この事例では、『親孝行』という目標追求を『てこの支点』として是認したうえで、それに至る道筋を、「親の言いなりになって喜ばせること」から、「親から自立して安心させること」に転換させようとしています。このように、心理療法的な枠組みの中での正対は、来談者と治療者とが共通に持っている一つの価値観を確認しておいて、その意味内容を変化させるという方法をとるのが普通です。

『てこの支点』になるのは、人生目標となるような価値観であればなんでもよいのですが、来談者がほんらい強く持っている信念でなければなりませんし、さらには肯定的な価値であるほうが、治療過程がスムーズです。否定的な価値、たとえば「人に嫌われるのはいやだ」とか「犯罪を犯すのはよくないことだ」というような共通認識を『てこの支点』に選んで治療すると、話が暗くなりがちなので、好ましくないのです。

『てこの支点』になる価値観は、治療過程ではっきりとことばにして確認される場合もありますが、治療者とクライアントの両者が共通認識として持っていることが自明であれば、暗黙のまま扱われるときもあります。しかし、できればはっきりとことばにしておく方が安全です。

このような立場から見ると、古典的なフロイト心理学は、「性的な動機で行動することは恥ずべきことだ」という、今世紀初頭に一般的に自明であった否定的な価値観を、暗黙の『てこの支点』にして正対する方法をとっています。これは、あまりうまい方法とはいえません。なぜなら、暗黙の『てこの支点』になっている価値観が、現代でもなお一般的な共通認識であるかどうか疑問ですし、また、このような否定的な価値観を話題にすると、話が暗くなります。

## 更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載